

● 夜間ヘルスアップ運動教室 ※要申し込み ●

運動不足解消を目的としたストレッチや有酸素運動を行います。  
●会場／B&G海洋センター ●実施時間／19:00～20:30

| 4月               | 5月                        | 6月                        | 7月                                  | 8月                        | 9月                        |
|------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 10日(木)<br>17日(木) | 8日(木)<br>15日(木)<br>22日(木) | 5日(木)<br>12日(木)<br>19日(木) | 3日(木)<br>10日(木)<br>17日(木)<br>24日(木) | 7日(木)<br>21日(木)           | 4日(木)<br>11日(木)<br>18日(木) |
| 10月              | 11月                       | 12月                       | 1月                                  | 2月                        | 3月                        |
| 16日(木)<br>23日(木) | 6日(木)<br>13日(木)<br>20日(木) | 4日(木)<br>11日(木)<br>18日(木) | 8日(木)<br>15日(木)<br>22日(木)           | 5日(木)<br>12日(木)<br>19日(木) | 5日(木)<br>12日(木)<br>19日(木) |

● ヘルスアップ運動教室 ※要申し込み ●

60歳以上を対象に介護予防を目的とした運動を行います。  
●会場／多目的研修集会施設 ●実施時間／10:00～11:30

| 4月                         | 5月                                  | 6月                                  | 7月                                  | 8月                                  | 9月                                  |
|----------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 11日(金)<br>18日(金)<br>25日(金) | 9日(金)<br>16日(金)<br>23日(金)<br>30日(金) | 6日(金)<br>20日(金)<br>27日(金)           | 4日(金)<br>11日(金)<br>18日(金)<br>25日(金) | 1日(金)<br>8日(金)<br>22日(金)<br>29日(金)  | 5日(金)<br>12日(金)<br>19日(金)<br>26日(金) |
| 10月                        | 11月                                 | 12月                                 | 1月                                  | 2月                                  | 3月                                  |
| 3日(金)<br>17日(金)<br>24日(金)  | 14日(金)<br>27日(木)                    | 5日(金)<br>12日(金)<br>19日(金)<br>26日(金) | 9日(金)<br>16日(金)<br>23日(金)<br>30日(金) | 6日(金)<br>13日(金)<br>20日(金)<br>27日(金) | 6日(金)<br>13日(金)<br>27日(金)           |

● フィットネスクラブ ※要申し込み ●

ヨガなどを中心とした運動を行います。  
●会場／B&G海洋センター ●実施時間／19:00～20:30

| 4月     | 5月     | 6月     | 7月     | 8月     | 9月     |
|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 24日(木) | 29日(木) | 26日(木) | 31日(木) | 28日(木) | 25日(木) |
| 10月    | 11月    | 12月    | 1月     | 2月     | 3月     |
| 30日(木) | 27日(木) | 25日(木) | 29日(木) | 26日(木) | 26日(木) |

● すずらんサークル ※要申し込み ●

精神障がい者の方たちの交流の場です。初めて利用する方はご連絡ください。  
●会場／多目的研修集会施設 ●実施時間／10:00～15:00

| 4月     | 5月     | 6月     | 7月     | 9月     |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 24日(木) | 15日(木) | 19日(木) | 17日(木) | 18日(木) |
| 10月    | 11月    | 12月    | 2月     | 3月     |
| 16日(木) | 13日(木) | 18日(木) | 12日(木) | 5日(木)  |

● オレンジカフェ(認知症カフェ) ※要申し込み ●

認知症の方やご家族、地域の皆さん、どなたでも参加できる交流の場です。  
※会場・実施時間は広報誌などでお知らせします。  
詳しくは地域包括センター(☎72-2128)までご連絡ください。

| 4月     | 6月     | 8月     |
|--------|--------|--------|
| 18日(金) | 20日(金) | 24日(日) |
| 10月    | 12月    | 2月     |
| 17日(金) | 19日(金) | 20日(金) |

● 休日当番のお医者さん ●

QRコードから「医療情報ネット」にアクセスし、「休日夜間対応医療機関」で検索してください。

● 救急電話相談

受付時間：毎日 24時間  
電話番号：〈短縮ダイヤル〉#7119  
〈一般ダイヤル〉024-524-3020

● こども救急電話相談

受付時間：毎日19:00～翌8:00  
電話番号：〈短縮ダイヤル〉#8000  
〈一般ダイヤル〉024-521-3790



● 田村地方夜間診療所 ●

診 療 日：平日(月～金曜日) ※祝日、お盆、年末年始は除きます。  
受付時間：19:00～20:30  
電話番号：0247-81-2233 ※事前に電話で確認のうえ、受診してください。  
所 在 地：田村市船引町船引字源次郎68番地2(福祉の森公園 地内)

● 公立小野町地方総合病院の夜間救急外来診療 ●

診 療 日：平日(月～金曜日) ※祝日、年末年始は除きます。  
受付時間：17:00～21:00  
電話番号：72-3181 ※事前に電話で確認のうえ、受診してください。  
※診察を希望する方は、受診前に電話で「いつからどのような症状なのか」などをお伝えください。

● こころの電話相談 ●

保健師による電話相談を行います。  
受付時間：8:30～17:15 ※土日・祝日、年末年始は除きます。  
電話番号：72-6934(健康福祉課)

● 町内の医療機関一覧 (五十音順) ●

| 病院・医院                    | 電話番号    |
|--------------------------|---------|
| 石塚醫院(小野新町字品ノ木123)        | 72-2161 |
| かみや内科クリニック(小野新町字門番93-1)  | 72-3212 |
| 公立小野町地方総合病院(小野新町字槻木内6-2) | 72-3181 |
| さいとう医院(小野新町字中通59-1)      | 72-2500 |
| 島貫整形外科(小野新町字中通156)       | 72-2722 |
| 橋本医院(谷津作字馬場70-1)         | 72-3711 |
| 歯科医院                     | 電話番号    |
| 小野デンタルクリニック(皮籠石字寺脇17-1)  | 72-6363 |
| 野口歯科医院(小野新町字中通148-7)     | 72-2300 |
| 山田歯科医院(小野新町字東馬番3-1)      | 72-2140 |